中華教育衛生聯合會小叢書之十八　文理

牙齒衛生

上海昆山花園五號

由中華醫學會博醫會及中華基督教青年會合組而成

List of Bulletins and Their Prices.

本會出版小叢書目錄

1.	“Sanitation of a Chinese City.”	1.	中國城市衛生論
2.	“Mode of Infection and Prevention.”	2.	疾病傳染防禦論
3.	“Tuberculosis.”	3.	癆病
4.	“Infant Hygiene.”	4.	嬰孩衛生
5.	“Sexual Advice for Young Men.”	5.	一失足成千古恨
6.	“Home Sanitation.”	6.	家庭衛生
7.	“Prevention of Cold.”	7.	傷風防禦法
8.	“Cholera.”	8.	霍亂
9.	“Tobacco.”	9.	烟草利害論
10.	‘Hookworm.”	10.	貧民弱國之鈎蟲症
11.	“Kill the Fly.”	11.	滅蠅
12.	“Smallpox.”	12.	天花
13.	“Venereal Diseases.”	13.	花柳病
14.	“Plague.”	14.	瘟疫
15.	“Malaria.”	15.	瘧疾
16.	“Personal Hygiene.”	16.	個人衛生
17.	“Care of Eyes.”	17.	眼睛衛生
18.	“Care of Teeth.”	13.	牙齒衛生

All the above mentioned Bulletins are sold at $6 per 1,000.

以上各種叢書每千冊洋六元

牙齒衛生（文理）

緒論

口中之毒。每能傳遍全身。如源泉然。亦幾於人人而然矣。是不可以不論。自其效率觀之。今人之口殊不適於當今之世。反之、則當今之時亦大不利於今人之口也。何則、人之口中。常有多數細菌。繁衍其中。而唾津與口之內膜。似皆不足以自衛。身體他部內膜。或野畜體中之內膜。皆具一種自衛之力。乃人反失之。人與家畜。多有牙落齒蛀之患。是較野獸。不如遠矣。齒患約分二種。一曰蛀齒。由於化學作用。傷及齒之本體者。二曰牙窩濃炎。乃由牙齦肉網受濃菌或阿米巴所傳染而致。人能永保牙齒潔淨。則二患自免。

第一節　蛀牙

蛀牙 Caries. 由洇素成乾薄片。貼齒上而微菌及漿質。（食物）遂爲洇片所掩蔽久之。漿質又化爲乳酸。并將牙中石灰質漸次融化。牙齒固石灰與有機質二者所成。石灰既融。所餘有機質。亦同時爲細菌所腐爛。牙齒由是成洞。細菌遂得而踞之。甚或由牙根小孔。傳達全身、或呑入胃腸、以爲消化之累。皆甚險也。

第二節　齒窩膿炎

齒窩膿炎。乃由牙齦或齒床而傳染。始在受傷牙齦之下。或沙石積蓄之所。更進而剝蝕包皮。包皮上連牙臼。下及齒根。又繞根作袋形。而牙由是漸自開鬆。久之、遂脫。大凡齒落多原於此。而蛀牙剝脫落者爲不多也。此不僅爲一種病症而已。且常輸毒質口中。食時牙齒上下咀嚼。細菌逼入血管。流運全身。按其性之所適。擇地而盤據焉。

第三節　自毒與「一部分傳染」之區別

昔人以爲牙膿或其他凡有膿毒之處多由本處傳毒入於血中今知不然細菌能從血管外達肉胭如骨節諸病皆因細菌杜塞小血管爲骨節調和之障由是骨內膜或腫大或變常而種種之患作矣如骨節炎筋骨痛以及他種炎症莫不皆然凡此諸症病源甚遠時人稱爲自毒誤也與其稱爲自毒毋寧謂爲「一部分之傳染」庶較妥也

蓋自毒者乃由筋肉或細胞本體偶失常態排其毒質雜入血管遂爲身體之害換言之身體各部之分泌如腎腺之類或勞逸失其常經或多少逾其定量則生種種害人之效果乃得謂之自毒也毒由食物不化或腸部腐爛而來者當名腸毒或血毒皆較自毒二字爲當以其本由外界傳染所致也

食物不化爲普通一切疾病之源自無待論但按輓近研究所得腸滯一病能使細菌穿入肉胭傳染他種疾病誠以一部分之毒實能傳至全身或他種機關故

第四節　注重全體衛生以抵抗一區之傳染

風濕、骨炎、貧血、頸瘤、心悸、腎傷、糖尿、胃腸癰、幷其他多年不愈之病、昔人多莫測其致病之由亦無治法乃今知其皆由一部分之毒所傳染也自此理發明醫界中頓覺大放光彩誠屬幸事善於衛生或身體抵抗力堅強者雖有一區之傳染未足爲害否則傳染雖在一隅貽害實徧全身而微菌寄生物乘之其患益鉅人能免此種傳染固佳否則務當注意於全體之衛生庶能謀與該處傳染症一決勝負也

第五節　怪症須先驗齒

一區傳染之學說。雖已成立。然亦不可拘泥文字。謂百病咸由於此。然防免細菌傳入身體。是爲至要。各種疾病。未必盡由口傳染。然遇有無名之症。便當詳驗口齒之間。有無傳染。爲厲之階。此事最關緊要。雖集、會、結、社、演、說、登、報、俾眾週、知、不爲過、也。

牙根傳染。不盡因人漫不經意所致。然淨齒之方。人多未甚了了。凡肉胴缺少抵抗力者。當卽延醫驗視。加意於上下內外牙齒之潔淨。嘗見人滿口鑲牙。其牙套中。多藏細菌積垢。恐鑲牙者未獲其益。先覺其害耳。免除牙患之方。多至不可勝用。首當注意於全體衛生。以爲口中傳染之抵抗。蓋身健則百病不侵。此實事。匪理想也。飯時摘食酥焦脆硬之物。出力咀嚼。以爲礪齒之需。亦免牙患之一道。

第六節　防治法

某名醫云、將來飲食改良。則牙刷舌刮之屬。可以不用。惟今日則猶未耳。早晚及每次飯後。皆當刷牙。最要者、上下勤刷。愈速愈佳。如是足以促血液之流行。增齒牙之抵抗。而齒與齦交界之處。所蓄牙穢。尚未及成硬質。猶易掃除云。

(甲)牙刷與牙粉。　牙刷以鬃製爲佳。取其硬也。毛則須長短交錯者。庶能刷及齒縫。如初刷覺齒齦微痛。則取較輭者用之。日後再易硬刷。亦可。舌上苔垢。亦須以刷掃之。惟須留意。免觸上顎致嘔也。牙粉牙膏。皆可用。但不盡可恃。多用則易薄齒膜。日用一次足矣。有淨牙絲線可穿入二齒之間。宜慎用之。莫壓牙齦乃可。

(乙)齒窩膿炎治法。　據調查家報告。謂凡患齒窩濃炎者。實因口中有寄生之物。名阿米巴者。爲致害之主因。以厄米汀治之最效。(厄

米汀者治痢奇效藥「伊必格」精也）同時復用外科治牙法。牙患防免法內外兼治爲佳。牙窩濃炎初起時。以厄米汀二滴合水半杯漱口良。阿米巴傳染症。（卽牙窩濃炎症）近人每多患之。以厄米汀漱口。毫無損害。不妨試用也。

（丙）石灰鹼水酸果之功用。　牙粉中含鹼性。製造不精。則不如石灰水爲妥。鹼水之力甚微。但水果中酸汁酒素洗濺。而鹼水則能洗去之。幷可滌牙垢。去舌苔。淨口內膜。以免種種之傳染。食物含酸汁。如葡萄蘋果柑汁酸醋之類。食之亦能淨齒。惟每晚臥時。務當刷牙。因留垢入夜。最能毀齒。故牙患既發。應否用酸鹼洗刷。尚以詳詢醫士爲妥。每年或每月當請牙醫驗齒。垢汙毀壞則洗刷修補之。如此行之有常。庶幾百病不侵。除修刷牙齒外。無庸更納醫藥之費矣。

(丁)拔牙與補牙。　鑲牙補牙。自多傳染之危險。謂牙齒不拔。害及全身。與其顧全牙齒以危性命。毋寧保性命而去齒牙。固已。然如不至必不可留之時。仍當設法挽救。不必遽行拔去也。顧吾又非謂拔牙補齒為不可。特有須注意者二事。蛀牙腐齒。必察其可留者而後補之。尤須特別潔淨。以防傳染。一也。設其人身體已現他種病徵。則當用電機照徹齒際。是否已有傳染。有則病源在此。則當拔不當補矣。二也。

(戊)兒童牙患之預防。　兒童初生齒。便當延醫察其發育之適當與否。若錯綜不相對。既礙咀嚼。亦易受傷。當即於此時倩醫修正之。兒童乳牙。亦有因腐壞脫落者。此事不妥。家人當設法預防。若牙已有洞。當即修補。苟不致傳染。務必保護到底。迨後來所茁之齒頂而去

之。最妙。

(己)治牙室。　某貧兒院育兒三百人。當治牙室未設以前。四年之間。兒童患喉痧、腮腺炎、紅痧、熱病、肺炎、疹熱、哮喘、門栅炎、水痘、啼嗽、等傳染病者。平均計之。每年八十人。逌治牙室旣設以後。三年之間。平均每年患以上諸病者三人而已。牙齒衞生。其效果有如此者。顧可忽乎哉。

著作兼發行者　中華教育衞生聯合會

婚姻哲嗣學

是書專論宗嗣改良之道且皆根據科學經驗二者以爲言人能本此求婚則子孝孫賢可操左券價七角中華教育衛生聯合會發行七折出售外埠函購郵票代銀可也

HEREDITY IN RELATION TO EUGENICS

BY

CHARLES BENEDICT DAVENPORT

TRANSLATED BY THE

JOINT COUNCIL ON PUBLIC HEALTH EDUCATION

5 Quinsan Gardens, Shanghai

Price 70 cents

50% discount for Schools perchasing 10 or more copies